

夜の静かな環境で行う気功は、仕事・学校・家事や
育児で高ぶった神経を鎮め、免疫力を高めます。
気功が初めての方でも無理なく参加できます。

初めての気功

日程：6月4日・11日・18日・25日、7月2日（土曜日）全5回

時間：午後7時～8時15分

参加費：2000円

講師：百瀬 千春（気功師上級指導員、日本体育協会公認体操上級指導員）

定員：20名（多数抽選）

申込み：往復はがきに講座名・〒・住所・氏名・電話番号を明記の
上送付、または、返信用はがきを持って窓口へ

締切り：5月25日（水）



〒227-0045 横浜市青葉区若草台20-5

若草台地区センター

TEL. 045-961-0811